



Le besoin de sécurité

“Le besoin de sécurité fait partie des besoins psychiques. La satisfaction des besoins psychiques assure **l'équilibre psychologique**.

Le besoin psychique est une nourriture de nature immatérielle et **d'origine relationnelle** qui est essentielle au fonctionnement normal et équilibré d'un individu. Ainsi, pour trouver l'harmonie et la satisfaction qu'il recherche, l'homme a besoin d'amour, de **sécurité**, d'écoute, de **reconnaissance**, d'affirmation, de liberté et de créativité.”

“Comment satisfaire le besoin de sécurité?

Il est important de savoir qu'on ne sécurise, **pas quelqu'un en le protégeant en le ménageant, ou en le prenant en charge** mais par l'élaboration d'un contenant clair. ”

“Il importe que les intervenants sécurisent les aidés en leur **laissant la responsabilité** de leur vécu et le pouvoir sur leur vie, et en leur posant des limites claires.”

PORTELANCE, Colette, Relation d'aide et amour de soi, Montréal : Édition du CRAM, 2014, page 132-136-138

Reconnaissance → Tout homme a le besoin fondamental d'être reconnu et valorisé.

→ La reconnaissance est propulsive. Celui qui est reconnu apprend à se reconnaître et à ouvrir toutes grandes les portes de l'affirmation de soi.

Responsabilité → Aptitude à poser le regard sur soi. La responsabilité, c'est la capacité d'un être humain à se prendre en charge, à s'assumer et à se réaliser le plus entièrement possible.

Intégrer la responsabilité ou la prise en charge de notre vie, c'est trouver, par le fait même, la voie de l'autonomie et de la satisfaction.

Nous ne pouvons pas être libres sans être responsables.



Réflexion pour vous faire du bien

Que vivez-vous en lien avec l'aspect de votre rôle qui est de collaborer avec le Bureau Coordonnateur?

De la peur d'être prise en défaut?
De la peur de devoir changer des choses?
De la peur d'être critiquée?
De la peur de vivre de l'infériorité?
De la peur de vivre de l'humiliation?
De la peur de vivre de la dévalorisation?
De la frustration?
De la colère?
De l'impatience?
Du découragement?
Etc.

Comment vous occupez-vous de vous dans ce vécu désagréable ou souffrant?

Vous fermez-vous?
Vous plaignez-vous à vos collègues?
Fuyez-vous, faites-vous de l'évitement?
Vous jugez-vous, vous culpabilisez-vous?
Est-ce que vous vous résignez?
Etc.

Quel(s) manque(s) vivez-vous? Quel(s) besoin(s)?

D'être compris dans votre point de vue?
D'être reconnue pour vos forces?
De vous affirmer?
De liberté d'agir selon vos croyances et vos habitudes?
De l'insécurité?
Etc.

Qu'est-ce que cette réflexion dit de vous?



Prenez-vous la responsabilité de votre vécu?
Vous tapez-vous dessus?
Laissez-vous l'orgueil vous mener?

Qu'est-ce que ça vous fait vivre dans l'ici et maintenant de faire cette réflexion?
De la peine?
De la frustration?
L'envie de tout arrêter
Le jugement sur la valeur de cette réflexion?

Références :

PORTELANCE, Colette, Aimer sans perdre sa liberté, Montréal : Édition du CRAM, 2014,
PORTELANCE, Colette, Relation d'aide et amour de soi, Montréal : Édition du CRAM, 2014,